

令和7年度 3月分		小学校給食予定献立表(〇〇小学校 Bコース)			鴻巣市教育委員会	
日曜	献立名	食品の種類			エネルギー	たんぱく質
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)		
2月	牛乳		牛乳			615
	ソイ丼	米 大麦				
		油 砂糖 カレールウ	大豆 豚肉 大豆ミート ベーコン	にんじん しゆんぎく	しょうゆ みりん	30.0
	塩こうじ鶏のスタミナスープ	油	鶏肉	はくさい にんにく しめじ ねぎ にら	塩こうじ 中華だし 酒 塩 こしょう	20%
3火	牛乳		牛乳			591
	ちらし寿司	米 大麦 砂糖 ごま	油揚げ ちくわ	にんじん 干しいたけ れんこん さやいんげん	塩 酢 酒 しょうゆ	
	きびなごフライ(低2こ・高3こ)	油	きびなごフライ			24.5
	すまし汁	じゃがいも	豆腐	ねぎ にんじん こまつな	かつおさばだし しょうゆ 塩	17%
	デザート	各校デザート				
4水	牛乳		牛乳			593
	はちみつパン	はちみつパン				
	春野菜のスバゲティ	スバゲティ オリーブオイル	ベーコン えび あさり	キャベツ なばな 玉ねぎ にんにく	白ワイン 塩 こしょう	
	チキンナゲット(低1こ・高2こ)		チキンナゲット			26.2
わかめサラダ	油 砂糖	わかめ	きゅうり コーン缶 サラダこんにゃく 玉ねぎ	酢 塩 こしょう	18%	
5木	牛乳		牛乳			636
	ごはん	米				
	酢豚	じゃがいも 片栗粉 油 砂糖	豚肉	しょうが にんじん 玉ねぎ 干しいたけ ピーマン	中華だし ケチャップ しょうゆ 酢 こしょう	25.9
	春雨スープ	春雨 ごま	鶏肉 豆腐	にんじん ねぎ えのきたけ にら	中華だし 塩 酒	16%
	チーズ		チーズ			
6金	牛乳		牛乳			642
	卵とじうどん	地粉うどん				
		片栗粉	鶏肉 なたと 卵	にんじん 干しいたけ ねぎ こまつな	かつおだし しょうゆ みりん	26.1
	ちくわの磯辺揚げ(低1こ・高2こ)	小麦粉 油	ちくわ 青のり			16%
くだもの			くだもの			
9月	牛乳		牛乳			676
	カレーライス	米 大麦				
		油 バター 小麦粉 じゃがいも	豚肉 スkimミルク	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック ケチャップ ウスターソース こしょう 塩	22.1
春色フルーツポンチ	白玉だんご		パイナップル みかん缶 黄桃缶		13%	
10火	牛乳		牛乳			608
	ごはん	米				
	赤魚のねぎみそ焼き		赤魚のねぎみそ漬け			
	れんこんの金平	ごま 油 ごま油 砂糖		れんこん にんじん さやいんげん	しょうゆ 酒	26.0
ちゃんこ汁		肉だんご 油揚げ	キャベツ にんじん もやし ねぎ	塩 しょうゆ みりん かつおさばだし	17%	
11水	牛乳		牛乳			593
	黒パン	黒パン				
	ホキのこんがり焼き	ノンエッグマヨネーズ パン粉 コーンフレーク	ホキ チーズ		塩 こしょう	27.3
	ほうれんそうとコーンのソテー	油		ほうれんそう コーン缶	塩 こしょう	18%
トマトと卵のスープ	油	ベーコン 卵	にんにく セロリ 玉ねぎ にんじん キャベツ トマト缶	ケチャップ スープストック 塩 こしょう		
12木	牛乳		牛乳			587
	キャロットピラフ	米 大麦 油 バター	ベーコン	セロリ 玉ねぎ にんじん コーン缶 にんじんペースト	塩 こしょう	
	ガーリックチキン		鶏肉	にんにく	塩 黒こしょう 酒	26.5
はくさいのシチュー	油 じゃがいも 小麦粉	鶏肉 牛乳 Skimミルク	はくさい にんじん 玉ねぎ	スープストック 塩 こしょう	18%	

日曜	献立名	食品の種類				エネルギー
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	
13金	牛乳		牛乳			620
	しょうゆラーメン	ホット中華めん				
		油	豚肉 なたと	にんにく にんじん しなちく もやし ねぎ	鶏ガラ とんこつ しょうゆ こしょう	26.1
16月	チーズ入りチヂミ	小麦粉 米粉 ごま油 砂糖	卵 いか チーズ	にら	酢 しょうゆ	17%
	くだもの			くだもの		
	牛乳		牛乳			597
17火	黒糖揚げパン	コッパン 黒砂糖 砂糖 油				
	春野菜のポトフ	じゃがいも	豚肉 ウィナー	玉ねぎ かぶ にんじん キャベツ セロリ しめじ	コンソメ ローリエ 白ワイン 塩 こしょう	23.2
	フラワーサラダ			ブロッコリー カリフラワー コーン缶	ドレッシング	16%
18水	牛乳		牛乳			596
	チュモツバ風ご飯	米 大麦 ごま油 油 砂糖	チャーシュー 豚肉	干しいたけ はくさいキムチ たくあん	スープストック コチュジャン しょうゆ 塩	
	刻みのり		のり			
	春巻	油	春巻			22.6
レンフォアタン	片栗粉 春雨	鶏肉 卵	にんじん ねぎ クリームコーン缶 こまつな	中華だし 酒 塩	15%	
19木	牛乳		牛乳			592
	こどもパンスライス	こどもパン				
	えびカツ	油	えびカツ		中濃ソース	
	ポイルキャベツ			キャベツ	塩	25.0
ミネストローネ	油 じゃがいも	ベーコン レンズまめ	にんじん 玉ねぎ セロリ にんにく トマト缶 コーン缶 パセリ	コンソメ 塩 こしょう	17%	
23月	牛乳		牛乳			639
	ごはん	米				
	さわらのすだちしょうゆ焼き		さわらのすだちしょうゆ漬け			
	肉じゃが	油 じゃがいも 砂糖	豚肉	にんじん 玉ねぎ しらたき さやいんげん	しょうゆ みりん 塩	29.9
かぶのみそ汁		豆腐 油揚げ みそ	かぶ	かつおさばだし	19%	
23月	牛乳		牛乳			698
	赤飯	米 もち米 ごま	あずき水煮缶		塩	
	揚げ物	油	各校揚げ物		中濃ソース	
	もやしとほうれんそうのおひたし			ほうれんそう もやし えのきたけ	しょうゆ かつおだし	24.1
	豆腐のみそ汁		豆腐 わかめ みそ	ねぎ	かつおさばだし	14%
デザート	各校デザート					
はしは毎日忘れずに持ってきましょう		給食回数	学校給食摂取基準		エネルギー 650 kcal	3月平均摂取量 619 kcal
		15回	たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%		たんぱく質 25.7g(16.6%)	

* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。

【肉・青果等の産地(令和7年度2月分)】使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。

豚肉: 鶏肉: にんじん: 玉ねぎ: じゃがいも: ねぎ: だいこん: こまつな: にら: キャベツ: はくさい: ほうれんそう:

一年間の給食を振り返ってみましょう



学校給食はみなさんが元気に成長できるように、考えられています。

毎日残さず、おいしく食べられたでしょうか。

食事のマナーを守り、クラスの友達と協力して、最後まで楽しい給食の時間にしましょう。

23日「赤飯」



赤飯の赤い色には、昔から「災いを避ける力」があると信じられてきました。その歴史はとても古く、平安時代に書かれた『枕草子』にも登場します。お祝いの席で食べられるようになったのは室町時代で、江戸時代の後期には、一般の家庭でも親しまれるようになったそうです。